Nr. 1.



START

DWUTYGODNIK ILUSTROWANY
POŚWIĘCONY WYCH: FIZ: KOB: SPORTOWI HYGIENIE

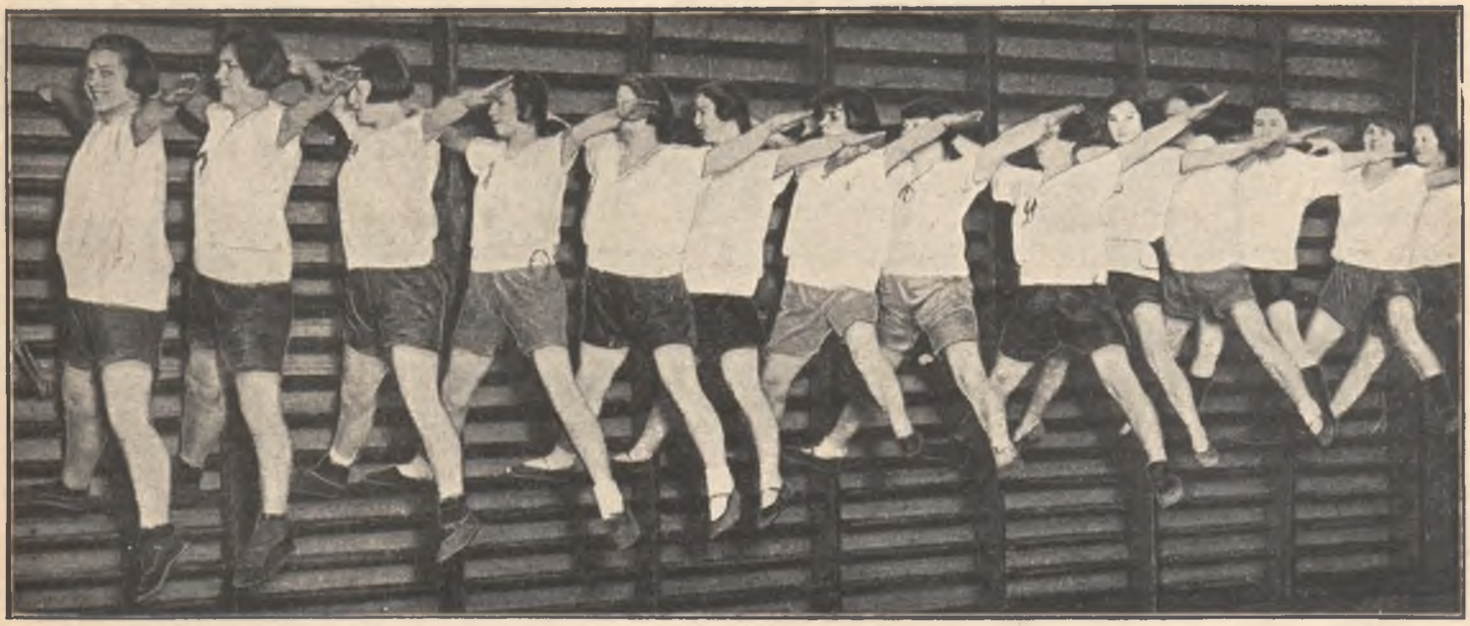


BIBLIOTHECA JAGELLONICA

10 kwietnia 1927 r.

Cena egz. 50 gr.

ZWYCIĘSTWO!



Zastęp gimnastyczny „Grażyny" ćwiczy na drabinkach szwedzkich.

NA PRZEŁOMIE

W dziedzinie wychowania fizycznego kobiety polskiej rok bieżący wnosi nowe wartości, realizacja których stanowić będzie najpilniejsze hasło dnia dzisiejszego i jutrzejszego.

Okólnik Ministerstwa Oświaty, polecający powierzać przedmiot gimnastyki w szkolnictwie żeńskiem przedewszystkiem kobietom - instruktorkom, zaproszenie do Naczelnej Rady Wychowania Fizycznego pięciu pań, specjalna troska o racjonalne wychowanie fizyczne młodych pokoleń kobiecych, nurtująca w nowo-powstałym Państwowym Urzędzie Wychowania Fizycznego, poważne pomoce finansowe przez rząd okazywane sportowym organizacjom kobiecym — oto są fakty dnia wczorajszego, wyraźnie dowodzące, że sprawa wychowania fizycznego kobiety stała się nareszcie w Polsce kwestją dojrzałą.

Zarówno ostatnie wyłuszczone powyżej posunięcia czynników rządowych, jak i obecny — doprawdy niezmiernie niski poziom wychowania fizycznego i sportów, szczególniej jeśli chodzi o rozpiętość ich w masach, powoduje życiową konieczność zajęcia się niezwłocznie temi sprawami na szerszą skalę, konieczność zainteresowania niemi jaknajszerszych warstw społeczeństwa.

Rozumiemy wszakże doskonale, że naczelnem zadaniem tych wszystkich, którzy pod znakiem idei wychowania fizycznego i sportów zgrupować się i pracować pragną, nie będzie praca obliczona na wyścig za rekordami. Bezsprzecznie, rekordy, wyniki cyfrowe przedstawiają wartość istotną, jako wykładniki doskonałości indywidualnej, probierze porównawcze, jako — wreszcie — słupy graniczne ludzkich możliwości. Ale postokroć od stawiania rekordów ważniejszem zadaniem chwili — jest: podnieść ogólny poziom zdrowia fizycznego w masach kobiecych drogą stosowania racjonalnych metod wychowawczych w ćwiczeniach i sportach przez nie uprawianych. Ważniejszem jest również osiąganie tych wartości moralnych, które — jak to doświadczalnie stwierdzono — są nieodłącznym atrybutem pracy sportowej: odwagi, wytrwałości, silnej woli, pogody ducha, zimnej krwi, a wreszcie — budzenia i rozwijania zmysłu społecznego.

Po linji tych tedy najważniejszych zadań pójść winna zbiorowa praca polska. Dokoła tych zagadnień skupiać się winna myśl wychowawców fizycznych i instruktorów sportowych.

W szeroko pomyślanej akcji, poświęconej celom propagowania jaknajszerzej zasad wychowania fizycznego wśród kobiet, specjalne miejsce przeznaczone jest fachowej prasie. Stanowić ona winna jeden z punktów wyjścia dla realnej pracy od podstaw. Niezawodnie, w wytężonej działalności rozrostu organizacyjnego padać będą rekordy jedne po drugich w tempie dość ostrem. Rekordom tym być wyczerpującym informatorem, czujnym przewodnikiem i wiernym, mądrym doradcą—oto są zadania naczelne fachowej pracy sportowej.

Pierwsze w Polsce — specjalnie wychowaniu fizycznemu kobiety poświęcone pismo, pierwszy numer którego dajemy do rąk czytelniczek, stawia sobie — jako zadanie główne — rzetelną współpracę w akcji społecznej na terenie wychowania fizycznego prowadzonej. Przekonać szerokie masy kobiece o potrzebie podniesienia ich sprawności fizycznej, wskazać środki urzeczywistnienia, służyć wynikami badań doświadczalnych — oto są drogi naszej pracy.

Pismo nasze przeznaczamy nietylko dla tych kobiet, które zajmują się już podniesieniem i usprawnieniem swej istoty fizycznej. Przeznaczamy je również dla wszystkich tych, które znajdując się poza ramami organizacji sportowych, pragnęłyby w swem życiu codziennem stosować praktyczne zasady wychowania fizycznego. Dla tych ostatnich obszernie omawiać będziemy ćwiczenia gimnastyczne. Gry sportowe, jako niezmiernej wagi czynnik wychowawczy, ujmowane będą obok poszczególnych gałęzi sportów w sposób jaknajbardziej wyczerpujący.

Postulaty zdrowia i piękna fizycznego stanowić winny jedną z najbardziej zasadniczych kwestyj w urabianiu typu nowoczesnej kobiety - człowieka. Na straży postulatów tych stojąc, pismo nasze za cel główny bierze sobie ich propagandę w masach.

K. M.

ROLA KOBIETY
w wychowaniu fizycznem



Płk. dr. Juljusz Ulrych, dyrektor Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego.

Udziałem kobiety jest podniesienie ogólnej tężyzny moralnej i fizycznej w narodzie, a tem samem danie mu koniecznych warunków rozkwitu i potęgi.

Tę szczytną swą rolę wypełnić będą mogły kobiety tylko wówczas, gdy o swój rozwój fizyczny dbać będą w równej mierze, jak o rozwój wrodzonych im przymiotów ducha.

Do niedawnych jeszcze czasów ruch sportowy w Polsce był podtrzymywany wyłącznie przez mężczyzn.

Kobieta nie rozumiała potrzeby kultywowania swego rozwoju fizycznego. Dziś, na szczęście, sprawa ta zaczyna się u nas zmieniać.

Niestrudzony wysiłek szeregu dzielnych pionierek sprawił, że ruch sportowy wśród kobiet w Polsce, od chwili wywalczenia niepodległości, zatacza coraz szersze kręgi, wykorzeniając fałszywe na ten temat poglądy i przyczyniając się znakomicie do rozwinięcia w kobiecie zalet niezbędnych dla wypełnienia przypadającej jej szczytnej roli wychowawczyni nowych pokoleń.

Rezultaty, osiągnięte w tak krótkim okresie czasu przez kobiece kluby sportowe, pozwalają rokować nadzieję, że i w tej dziedzinie kobieta w Polsce potrafi zająć szczytne miejsce.

Pułk. dr. J. Ulrych.



Halina Konopacka, lekko - atletka światowej sławy uprawia także narciarstwo.

TERMINARZ
zawodów kobiecych

1 maja — pięciobój o mistrz. młodzików w Warszawie.

11 i 12 czerwca — zawody o mistrzostwo W. O. Z. L. A. w Warszawie.

18 i 19 czerwca — mecz kobiecy Polska - Czechosłowacja (drużyna 6 zawodn.) w Pradze.

16 i 17 lipca — zawody o mistrzostwo Polski w Poznaniu.

31 lipca — pięciobój o mistrzostwo W. O. Z. L. A. w Warszawie.

3 i 4 września — mecz Warszawa - Brno w Brnie (Czechosłowacja).

9, 10 i 11 września — mistrzostwo młodzików W. O. Z. L. A. w Warszawie.

10 i 11 września — mecz Polska - Czechosłowacja (rewanż) w Toruniu lub Krakowie.

25 września — pięciobój o mistrzostwo Polski w Łodzi.

9 października — bieg naprzełaj (2 klm.) o mistrz. Polski w Warszawie.



Wiera Czajkowska, czołowa zawodniczka w lekkiej atletyce polskiej.



SPORT i NOWOCZESNOŚĆ

Najistotniejszy sens nowoczesnego życia skupia się koło słowa — „aktywność".

Aktywność — to przedewszystkiem żywa, pulsująca, zawsze prężna energja wewnętrzna. Pogotowie czynu.

Aktywność — nowoczesna aktywność — to ponadto doskonała wewnętrzna dyscyplina. W ścianach mojego pokoju — wewnątrz mnie — wypisane czerwonemi i czarnemi literami przepisy organizacyjne. Unormowany jest ruch, i przewidziane są drogi, któremi ma przepływać zapas mojej energji, ażeby nic nie poszło na marne; ażeby chcenia moje nie zderzały się ze sobą, jak dwa rozpędzone samochody; ażeby każda jednostka siły zużytkowana została w myśl rozkazu najwyższej instancji — świadomości celu.

Aktywność — to znaczy ruch. Myśl moja działa z szybkością stu ośmdziesięciu uderzeń na minutę. Mięśnie moje wykonywują ruchy sekundowe, nieuchwytne, a bezwzględnie pewne i bezwzględnie celowe. Organizm mój giętki i mocny jest w pogotowiu i czeka, jak 100-konny Rollce-Roys, kiedy położę rękę na kierownicy.

Aktywność, to znaczy jeszcze — wiem czego chcę i nie boję się przeszkód. Mam odwagę skoku. Umiem skulić się w sobie, wziąć największy rozpęd, i rzucić się głową wprzód. Stanę na równe nogi i pójdę dalej. Rekordy są ciągle do zdobycia.

W laboratorjach, warsztatach i fabrykach, w rytmie zorganizowanej pracy kują się narzędzia zwycięstwa człowieka nad światem. Precyzją stalowych dźwigów, rozpędem kół i śmig człowiek zwycięża przestrzeń i czas, zwycięża twardą materję przyrody.

Na boiskach sportowych w giętkiem tworzywie własnych mięśni, wykuwa człowiek drugie zwycięstwo: zwycięstwo nad sobą samym. Pokonywuje bierną materję swego ciała, niedołęstwo swych mięśni i swej woli. W rytmie zorganizowanego ruchu tworzy siebie nowego, mocnego, jak żywa stal, precyzyjnego, jak najdoskonalsza maszyna. Poddaje swej woli najgroźniejszą potęgę przyrody, tę, która tkwi w nim samym.

Dlatego sport nie jest przypadkiem w życiu nowoczesnego człowieka, i nie jest li tylko zabawą. Jest pierwszym terenem jego aktywności, jest pierwszym i niezbędnym krokiem do zdobycia nowoczesnej postawy wobec życia i świata. Tu — w tej na pozór bezcelowej zabawie — chodzi w istocie o najwyższą stawkę: o stworzenie aktywnego człowieka, takiego, który może i umie zwyciężać.

Zdawało się przez chwilę, że w życiu nowoczesnem zbędny jest rozwój fizyczny. Mówiono, że symbolem tego życia będzie człowiek o wielkiej głowie i zdegenerowanem ciele. Wymyślił wszakżeż maszyny, które spełniają za niego wszelką pracę. Niegdyś, kiedy gnał go pośpiech, musiał biec, lub siłą ramion i nóg kiełznać rozhukanego rumaka. Dziś siedzi nieruchomo przed motorem, tembardziej nieruchomo, im większy jest pęd maszyny. Chodził za pługiem — dziś kieruje traktorem. Siekierą rąbał drzewa, dziś motor elektryczny spełnia pracę, nad którą niegdyś trudziło się jego ciało. Zdawałoby się, że siła mózgu potrafi zastąpić w zupełności siłę fizyczną.

A jednak okazało się, że tak nie jest. W pracy nowoczesnej potrzebne jest takie napięcie woli, nerwów i wytrzymałości, że do wyprodukowania tej siły wciągnięty być musi cały organizm. Zapas energji, który nam jest potrzebny, jest większy i wszechstronniejszy, aniżeli ten, którym rozporządzali rycerze zakuci w że-

łazo i rąbiący mieczami. Inna jest tylko rozpiętość naszych ruchów. To, co oni dokonywali rozmachem kilkumetrowym, my kondensować musimy na przestrzeni niemal milimetrowej. Gdzie oni działali impetem, my musimy działać niezłomnie pewną organizacją ruchów. Gdy im wystarczała siła uderzenia, my mieć musimy i siłę uderzenia i elastyczność odskoku. Gdzie im trzeba było siły tylko mięśni, my musimy przeciwstawić siłę mięśni, woli, energji i mózgu. I jeśli dla nich szkołą było życie samo, my na placówkach życiowych stać musimy już wyszkoleni i już doskonale wytrenowani.

Dla nas szkołą jest sport. Szkołą nietylko fizycznej sprawności, szkołą tego wszystkiego, co mieści się w naszem pojęciu aktywności. Pierwiastki fizyczne i psychiczne zespalają się tutaj tak mocno, że niepodobna ich od siebie oddzielić. Jedne przenikają drugie i jedne drugie warunkują.

Rekord skoku narciarskiego wynosi kilkadziesiąt metrów. Jeśli w momencie decyzji skoku zachwieje się wola narciarza na ćwierć sekundy, nietylko rekord, ale i jego kości pójdą w strzępy. Gdyby Gertruda Ederle, przepływając kanał La Manche, uległa spleenowi na przeciąg dziesięciu minut, chwyciłby ją zapewne anewryzm serca. Ale w tej cudownej maszynie, którą stanowi wysportowany człowiek, niema miejsca na niezdecydowanie, wahanie, spleen, drżączkę. Moment decyzji jest momentem czynu. Napięcie woli twardnieje w rzut. W jednej sekundzie czasu skłębia się pięćdziesiąt błyskawic myśli, trzysta wolt napięcia energji, sto kilogramometrów pracy. I w tejże samej sekundzie rodzi się nowoczesny człowiek. Ten sam, który zdobywa biegun południowy i ginie u szczytu Mount - Everestu.

St. Z.

PO SEZONIE ZIMOWYM

Ubiegający sezon narciarski potwierdził raz jeszcze, że kobiece narciarstwo polskie jest chlubą naszego sportu, gdyż czołowe zawodniczki nasze okazały się bezkonkurencyjnemi na kontynencie.

„Asy„ kobiecego narciarstwa — to — Loteczkowa (Lwów), Ziętkiewiczowa (Zakopane) i Staszel - Polankowa (Zakopane). Do elity należą jeszcze Dubieńska (Kraków), Bogucka (Lwów) i Gwizdałówna (Lwów). Wspomnieć należy jeszcze o Czarnockiej (Warszawa), Schielównie (Zakopane) i wielu, wielu innych.

Śmiało możemy stwierdzić, że wymienionym sześciu zawodniczkom polskim nik na kontynencie nie dorówna.

Loteczkowa ma za sobą najwięcej sukcesów podczas ostatniego sezonu. Była też najbardziej czynną z naszych narciarek. Na początku sezonu bierze udział w zawodach w Alt - Schmecks, gdzie bije swą rywalkę Ziętkiewiczową oraz wszystkie miejscowe zawodniczki. W mistrzostwie Zakopanego ulega wprawdzie młodziutkiej Staszelównie, zwycięża ją jednak w następnych zawodach. Wielkim triumfem Loteczkowej zakończył się bieg o mistrzostwo Francji, gdzie narciarka nasza pokonała wszystkie najlepsze siły francuskie o kilka minut różnicy w czasie. W międzynarodowem mistrzostwie Polski Loteczkowa zdobywa powtórnie zaszczytny tytuł mistrzyni, bijąc Ziętkiewiczową. Na szóstem miejscu w naszem mistrzostwie znalazła się najlepsza narciarka wiedeńska, co dostatecznie obrazuje wysoką klasę naszych narciarek w porównaniu do zagranicy. Na zawodach w Westerowie Loteczkowa zdobywa mistrzostwo Tatr, bijąc najlepszą klasę czechosłowackich zawodniczek. Wreszcie w ostatnią niedzielę marca odbyły się w Rax - Plateau (koło Wiednia) zawody narciarskie o mistrzostwo Austrji.

W biegu pań na 8 klm. wzięła udział chluba polskiego narciarstwa i mistrzyni Francji — Janina Loteczkowa.

Loteczkowa raz jeszcze potwierdziła swą bezkonkurencyjność, bijąc następną konkurentkę prawie o 4 minuty.

Czas Loteczkowej 38.31, druga przybyła p. Epstein (Wiedeń) 42.20, trzecią była znana z zawodów w Zakopanem wiedenka Stiller — 42.36.

Loteczkowa była w ubiegłym sezonie najlepszą narciarką Europy!

Ziętkiewiczowa, mistrzyni Polski w latach 1922 i 1925 oraz mistrzyni Francji (1924) była w bieżącym sezonie słabszą od lwowianki. W mistrzostwie Polski zajęła zaszczytne drugie miejsce. Mistrzostwo Krynicy zdobyła bezkonkurencyjnie. Największym triumfem Ziętkiewiczowej było wspaniałe zwycięstwo na zawodach w Cortina d'Ampezzo, gdzie zostawiła za sobą czołowe zawodniczki włoskie i szwajcarskie.



Staszel - Polankowa, wschodząca gwiazda narciarstwa polskiego

Staszel - Polankowa, 16-letnia góralka, jest uważana przez wielu znawców za lepszą nawet od Loteczkowej. W ciągu ubiegłego sezonu nie mogła jednak swej wyższości zdecydowanie wykazać, gdyż bardzo rzadko startowała. Jedyny jej poważny sukces, to zdobycie mistrzowstwa Zakopanego. W zawodach o mistrz. Polski Staszelówna udziału nie brała.

Bogucka zdobyła w roku bieżącym mistrzostwo Lwowa, a w mistrzostwie Polski zajęła zaszczytne trzecie miejsce.

Dubieńska, najwszechstronniejsza polska „sportswoman", mistrzyni narciarska Polski z roku 1924, zdobyła w roku bieżącym czwarte miejsce w mistrzostwie Polski oraz drugie miejsce w mistrzostwie Krynicy.

Gwizdałówna, znana również — jako lekkoatletka, zajęła drugie miejsce w mistrzostwie Lwowa i ustępuje niewiele Boguckiej i Dubieńskiej.

W OBLICZU SEZONU LEKKO-ATLETYCZNEGO

KRÓTKI PRZEGLĄD SIŁ



J. Grabicka, zawodniczka Grażyny wykazuje piękny styl i dobre wyniki w rzucie kulą.

Wiosna się zbliża, a wraz z nią otwarcie sezonu zawodów lekkoatletycznych.

Ubiegły rok (1926) był pod względem rozwoju kobiecej lekkiej atletyki — przełomowy. Liczba zawodniczek w całym kraju zwiększyła się znacznie, wszystkie niemal rekordy lat ubiegłych zostały poprawione, wzmogła się także rywalizacja.

Zawodniczki nasze wzięły udział w Igrzyskach Kobiecych w Göteborgu — był to pierwszy nasz oficjalny występ zbiorowy na terenie międzynarodowym.

Jeżeli przejdziemy do „spraw wewnętrznych" polskiej lekkiej atletyki, to zauważymy, że, podobnie, jak i w lekkiej atletyce męskiej, przoduje wyraźnie Warszawa. Warszawskie zawodniczki posiadają 90% wszystkich rekordów, a mistrzowstwa Polski było właściwie pojedynkiem klubów stołecznych.

Rozpatrzmy teraz poszczególne okręgi.

Warszawa jest, jak wyżej zaznaczyliśmy, tak ilościowo, jak i jakościowo najlepszą. Czołowemi klubami okręgu są Sokół - Grażyna i A. Z. S., a następnie Warszawianka.

Na dobrej drodze znajdują się sekcje Makabi, Varsovji, Skry i ZAWF.'u. Świetna niegdyś sekcja Polonji upadła niemal zupełnie.

Czołową zawodniczką AZS.'u jest naturalnie Konopacka. Jest to bezwzględnie, jedna z najbardziej utalentowanych lekkoatletek na świecie. Poza wspaniałemi wynikami w rzutach (kula 3.628 kg. — 10.47, dysk — 37.71, oszczep — 27.81, kula 5 kg. — 8.59), posiada ona dobre rezultaty w skokach (wdal — 4.81, wzwyż — 1.38), a także w biegach (200 m. — 30.3 sek.). W sezonie bieżącym liczyć się należy z możliwością osiągnięcia przez Konopacką 40 mtr. w rzucie dyskiem.

Woynarowska jest drugą „gwiazdą" AZS.'u. W sezonie ubiegłym była w doskonałej formie, a wynikami swemi (60 m. — 8.4, 80 m. — 10.9, 100 m. — 13.6, 200 m. — 29), wysunęła się na czoło sprinterek polskich. Również w biegach przez płotki (65 m. — 11.5, 83 m. — 14.6), a także w skokach i rzutach, Woynarowska posiada dobre wyniki i słusznie uważana jest, wraz z Konopacką, za najlepszą wieloboistkę.

Gorlofówna, rekordzistka w biegu na 83 mtr. przez płotki (14.4) miała także niezłe wyniki w sprintach (60 m.—8.5, 200 m.—29.6). Obecnie przebywa w Paryżu.

Jabłczyńska, rekordzistka w biegu 65 m. przez płotki (11.4), wyróżniła się również w skokach wdal (463 cm.).

Z innych zawodniczek AZS.'u wymienić należy Miłobędzką, Wieczorkiewiczównę i Chrupczałowską.

W Sokole - Grażynie na czoło wysunęła się Czajkowska swym rekordem na 500 mtr. (1 : 24.4). Doskonałe wyniki posiada również Czajkowska w innych biegach (200 m. — 29, 250 m. — 36.6), oraz w skokach (wzwyż — 136).

Świetna płotkarka Schabińska potrafi wszystko. Słusznie też wygrała ona pierwszy kobiecy dziesięciobój.

Grabicka posiada świetne warunki na sprinterkę, to też miała doskonałe rezultaty (60 m. 8.4, 100 m. — 13.8, 200 m. — 29.8 i 65 m. płotki — 11.4). Posiada dobre wyniki i doskonałą technikę w kuli.

Taborowiczówna okazała się najlepszą w Polsce w skokach wzwyż.

Sadkowska, wskutek wyjazdu do Nowogródka, nie pokazała właściwej klasy.

Z Grażyny wyróżnić należy jeszcze: Złotnicką, Henclewską, Mierkisównę, Lubecką i Rafiankę.

Warszawianka celuje w biegach dłuższych i drużyna jej w biegach naprzełaj jest chyba najlepszą w Polsce.

Pichelówna, pomimo zaledwie kilku-miesięcznego treningu, okazała się najlepszą na 1000 mtr. (3.36.2).

Rokoszanka wyróżnia się w biegach dłuższych (500 m. — 1 : 32.4, 1000 m. — 3 : 46.8), a także i w krótszych (60 m. — 8.7).

Szawińska posiada niezłe rezultaty w sprintach i w skokach.

Czołową zawodniczką **Makkabi** jest wieloboistka Rittnerówna, która tak w biegach krótkich, jak w rzutach i skokach doszła do niezłych wyników.

W robotniczej **Skrze** wyróżnia się Sawicka.

Ze słynnego zespołu **Polonji** pozostała jedynie Smidówna.

Dobrze zapowiadają się sekcje **Varsovji i ZAWF'u.**

Na drugiem miejscu po Warszawie postawić należy **Kraków.** Tutaj prowadzi Cracovia przed Makkabi. Sekcje Jutrzenki i Wisły są o wiele słabsze.

Cracovia posiada dwie polskie rekordzistki. „Lonka" jest specjalistką w rzutach, przyczem wynik jej w rzucie oszczepem (800 gr. — styl klasyczny — wynik 28.56 m.), jest jednym z najlepszych w Europie.

Doskonałą sprinterką jest Swobodówna, której 10.8 w biegu na 80 mtr. stanowi rekord polski.

„Jasna" niewiele ustępuje „Lonce" w rzutach. W rzucie dyskiem dochodzi do 30 mtr. Posiada rekord polski w rzucie oszczepem 600 gr. (24.41).

Hanka najlepszą jest w biegach średnich i skokach.

Makkabi posiada jedną pierwszorzędną siłę. Jest nią Freiwaldówna, która ma już za sobą takie rezultaty, jak 8.4 na 60 m., 13.8 na 100 mtr. oraz ponad 460 w skoku wdal.

Poza nią wyróżnia się Kemplerówna.

Dzielnie rywalizuje z Krakowem okręg **Poznański.** Tutaj na czele stoi miejscowy Sokół przed Wartą i AZS.'em.

W Sokole Kasprzakówna jest świetną wieloboistką (60 m. — 8.4, skok wdal —441, dysk — 26.46), zaś Frydrychówna wybija się w sprintach (100 m. — 13.8) i w skokach wzwyż (— 135 cmt.).

Warta posiada doskonałą Lutomską, zaś **AZS. Poznań** — Lanżankę.

W Łodzi przoduje wyraźnie ŁKS., niezłą jest także sekcja pabjanickiego Sokoła oraz Harcerskiego Kl. Sp.



Od lewej: 1) Halina Konopacka, 2) Grupa najlepszych polskich lekko - atletek, 3) J. Rzeźnicka. rekordzistka Polski w biegu na 60 mtr. od r. 1923.



F. Schabińska, zawodniczka Grażyny, posiada najpiękniejszy styl w biegach z płotkami.

W ŁKS'ie wyróżnia się Nowacka, która w biegu na 250 m. (37.2) jest obok Czajkowskiej najlepszą w Polsce, oraz Kobielska, specjalistka w rzutach (oszczep — 24.05).

Najlepszą zawodniczką **Sokoła (Pabjanice)** jest Łaguniakówna.

Okręg **Pomorski** szczyci się przedewszystkiem Gędziorowską z **TKS.'u,** która osiągnęła na 60 m. — 8.2 (wynik nieoficjalny), oraz posiada takie wyniki w innych konkurencjach, jak 100 m. — 13.8, 500 m. — 1 : 34 i skok wdal — 458 cm.

Dobrą jest również Gillówna z **Sokoła Bydgoskiego.**

Na Górnym Śląsku najlepiej stoją kluby Roździeń (Szopienice) i Slavia (Ruda).

W **Roździeniu** wyróżnia się 15-letnia Brenerówna (60 m. — 8.7), Kulisówna (1000 m. — 3 : 50), oraz Hylówna (wdal — 432).

W **Slavji** najlepszą jest Hallapówna.

A. Szenajch.

Tabela rekordów polskich

Biegi płaskie.

60 m. — Rzeźnicka (Warszawianka) 8.4. 1923. 80 m.— Swobodówna (Cracovia) 10.8. 1926. 100 m. — Woynarowska (AZS.) 13.6. 1926. 200 m. — Woynarowska (AZS.). 29. 1926. 250 m. — Czajkowska (Grażyna) 36.6. 1926. 300 m.— Gwizdałówna (Pogoń) 51.4. 1924. 500 m. — Czajkowska (Grażyna) 1 : 24.4. 1926. 1000 m. — Pichelówna (Warszawianka) 3 : 36.2. 1926.

Biegi przez płotki.

65 m. — Jabłczyńska (AZS.) 11.4. 1926. 83 m. — Gorlofówna (AZS.) 14.4. 1926.

Biegi sztafetowe.

4 × 60 m. — Grażyna 33.2. 1926. 4 × 75 m. — Grażyna 40.8. 1926. 4 × 100 m. — AZS. 56. 1926. 4 × 200 m. — Polonia 2 : 08.8. 1924. 60 + 80 + 100 m. — Grażyna 34.6. 1925.

Skoki.

Wdal z miejsca — Miłobędzka (AZS.) 230. 1926. Wdal — Konopacka (AZS.) 481. 1926. Wzwyż — Taborowiczówna (Grażyna) 140. 1926.

Rzuty.

Kula 3.628 kg. — Konopacka (AZS.) 10.47. 1926. Kula 3.628 kg. oburącz — Konopacka (AZS.) 19.25. 1926. Kula 5 kg. — Konopacka (AZS.) 8.59. 1926. Kula 5 kg. oburącz — Ditczukówna (Pogoń) 14.17½. 1923. Dysk 1 kg. — Konopacka (AZS.) 37.71. 1926. Dysk 1 kg. oburącz — Konopacka (AZS.) 46.35. 1925. Oszczep 600 gr. — Jasna (Cracovia) 24.41½. 1926. Oszczep 800 gr. — Lonka (Cracovia) 28.56. 1926. Oszczep 800 gr. oburącz — Konopacka (AZS.) 40.10. 1926.

NASZE ASY



Janina Loteczkowa, najlepsza narciarka w Europie.

Wnikliwy obserwator naszego życia sportowego, patrząc na rozwój i dorobek sportu wśród mężczyzn i kobiet, z łatwością dostrzega cechę charakterystyczną niezmiernie dla dorobku naszych pań. Oto — jakkolwiek pod względem liczebnym rozwój sportu kobiecego w Polsce jest niewspółmiernie nikły w porównaniu z cyfrą naszych sportsmenów, — wyniki pań, w płaszczyźnie międzynarodowych stosunków widziane, są znacznie lepsze.

Mamy tu do czynienia z pewnego rodzaju odwróceniem znanego w sporcie hasła „przez ilość do jakości“. — Istotnie: liczba pań, uprawiających lekką atletykę, czy narciarstwo, niczem nie usprawiedliwia z punktu widzenia owego hasła tych wspaniałych wyników, jakie osiągnięte zostały przez extraklasę naszą w obu wymienionych sportach. Przytem nie mamy tu do czynienia jedynie z wypadkami wyjątkowemi, odosobnionemi. W lekkiej atletyce Konopacka jest pierwszej wielkości gwiazdą o międzynarodowym blasku, obok niej widzimy Czajkowską, która pobiła rekord światowy na 500 mtr., dalej widzimy bardzo bliskie rekordów światowych wyniki naszej sztafety. W narciarstwie — Loteczkowa, Ziętkiewiczowa i Staszelówna nie mają sobie równych w Europie.

Aby wytłumaczyć to dziwne napozór zjawisko doskonałych wyników przy małej liczbie sportujących pań, możnaby zaryzykować postawienie dwóch hypotez, a nawet trzech hypotez: 1) do uprawiania sportów biorą się u nas przedewszystkiem jednostki doskonałemi warunkami fizycznemi obdarzone i specjalnie utalentowane, 2) wyniki międzynarodowe w sporcie kobiecym są stosunkowo tak niewielkie, że nie przedstawiają zbyt wielkich trudności dla dorównania im i przewyższenia, a wreszcie — 3) kobiety polskie wogóle dysponują dobremi warunkami fizycznemi i posiadają naturalną predyspozycję nietylko fizyczną, lecz i psychiczną do sportów.

Zanalizowaniem postawionych tu hypotez zajmiemy się w innym artykule. Narazie stwierdzimy ogólnie, że niewątpliwie główną rolę odgrywa tu czynnik wymieniony w hypotezie ostatniej, a przedewszystkiem czynnik psychiczny, i stosunkowo najmniejszą— hypoteza pierwsza. — Jest bowiem rzeczą niezmiernie charakterystyczną, że sportswomen nasze osiągnęły najlepsze swe wyniki w narciarstwie, a więc sporcie, w którym pierwsze skrzypce gra odwaga, dzielność i brawura.

Na czoło narciarek polskich i europejskich wysunęła się w ciągu sezonu ubiegłego Janina Loteczkowa ze Lwowa. Jej sukcesy są bezprzykładnie wielkie, jej forma sportowa i osiągnięte wyniki zwróciły na nią oczy całego świata sportowego. Doprawdy — mistrzostwa trzech różnych państw zdobyte w ciągu jednego sezonu, niezależnie od szeregu innych zwycięstw — stanowićby mogły wspaniałą kolekcję każdego o międzynarodowej klasie zawodnika.

O swojej karjerze sportowej p. Loteczkowa opowiada pełnemi prostoty słowami w sposób następujący:

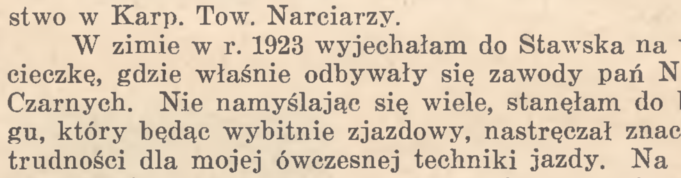
„Sport uprawiać zaczęłam późno, gdyż dopiero po zamążpójściu w roku 1922. Przedtem — prócz fanatycznego uwielbienia dla piłki nożnej, nie mogą zanotować w mem życiu nic, cokolwiek mogłoby mię łączyć ze sportem.

Jedynym fizycznym i nerwów wyczynem, to Obrona Lwowa, w której wzięłam czynny udział w Oddziale służby łączności, gdzie wykazałam, jak wówczas mawiano, wartości „przebojowe“. — Krzyż Obrony Lwowa oto cenna nagroda i pamiątka z tych czasów.

Pozostając następnie z temi oddziałami w wyprawie na Kijów, wpadłam przy cofaniu się naszych wojsk pod Płoskirowem w ręce bolszewickie, lecz natychmiast zbiegłam, przebywając w przeciągu nocy przestrzeń 40 km. Był to pierwszy mój „trening“ sportowy.

Po ukończeniu wojny zaczęłam uprawiać narciarstwo w Karp. Tow. Narciarzy.

W zimie w r. 1923 wyjechałam do Stawska na wycieczkę, gdzie właśnie odbywały się zawody pań N. S. Czarnych. Nie namyślając się wiele, stanęłam do biegu, który będąc wybitnie zjazdowy, nastręczał znaczne trudności dla mojej ówczesnej techniki jazdy. Na kilka startujących pań przyszłam ostatnia, w stanie godnym pożałowania, ku uciesze zebranej publiczności, która nie miała żadnych względów dla mych wysiłków. Upadłam wówczas — mało powiedzieć — kilkanaście razy! Znajomi zwracali się do mnie z radą, bym dała spokój podobnym eksperymentom, gdyż nie posiadam



Start pań w Zakopanem

na biegaczkę żadnych kwalifikacyj, a szkoda dać się wyszydzać.

Przestrogi te wzięłam sobie do serca głęboko, ale tylko po to, aby pokazać, że szanowni moi doradcy mylą się.

Po biegu w Sławsku zaczęłam pilnie na wzgórzach lwowskich uzupełniać moją technikę jazdy i tak dalece posunęłam się naprzód, że w roku następnym wzięłam udział w biegu pań na Mistrzostwach Polski w Krynicy.

Uzyskałam wówczas w poprawnej już formie czwarte miejsce.

Po powrocie z Krynicy rozpoczęłam racjonalny trening w letniej zaprawie sportowej, po ukończonym sezonie narciarskim.

W następnym roku mój mąż wysłał mnie na kurs Stolpego do Zakopanego, gdzie z całem zaparciem oddałam się pracy nad sobą i jedna jedyna nawet z pośród męskich zawodników przetrwałam trening do końca.

Na owoce mej pracy nie czekałam długo. Już w tym roku (1925/26) uzyskałam szereg zwycięstw, oraz tytuł mistrzyni Polski.

Równolegle z narciarstwem zaczęłam uprawiać tennis, jazdę na rowerze, i na motocyklu.

Motocykl opanowałam szybko, mam bowiem do niego zacięcie. Pierwszy mój występ miał miejsce na zawodach w Bilczej Wolicy w roku 1925 na szosie.

W roku 1926, na jesieni, stanęłam pierwszy raz na torze w Krakowie i dzięki p. Rudawskiemu, świetnemu motocykliście, który wtajemniczył mnie w arkana jazdy na torze, przyswoiłam sobie odrazu metodę, przy której „wyciągałam“ na 175 cm.³ Fr. Barnecie 86 klm.

Uzyskałam w rezultacie kilka pięknych zwycięstw w konkurencji z panami, naturalnie w zakresie tego samego litrażu.

Dalsza moja karjera motocyklowa zależy od maszyny, a włoski Motto Guzzi 250 cm.³, który próbowałam w Medjolanie tego roku w przejeździe z Chamonix, to moje marzenie. Mając tą maszynę poszukałabym sobie w Niemczech Harny König, która jedzie na DKW 250 cm.³ (znana motocyklistka) dla rozegrania meczu.



Nagrody zdobyte przez polską drużynę narciarską w zawodach o mistrzostwo Austrji na Rasc, d. 26-27.III.27

Ponadto stanęłam w roku ubiegłym na jesieni do biegu naprzełaj, urządzonego przez sekcję pań LKS Czarni. Uzyskałam w biegu tym łatwo pierwsze miejsce pomiędzy lekkoatletkami!“

W roku bieżącym, p. Loteczkowa zdobyła prócz szeregu pomniejszego znaczenia zwycięstw mistrzostwa Polski, Francji i Austrji. Piszemy szczegółowo o sukcesach jej na innem miejscu niniejszego numeru.

Obecna forma sportowa p. Loteczkowej, jej wielka ambicja, wytrwałość i przyrodzona dzielność, ożywiający ją tak wspaniale prawdziwy duch sportowy—czynią z niej nietylko dziś jedną z najpiękniejszych postaci sportowych w Polsce, lecz ponadto wróżą zapisanie wielu nowych kart w historji kobiecego narciarstwa polskiego zgłoskami pisanemi czynem.

K. Muszałówna.

Zabawy i gry sportowe w Polsce



Moment z gry w push - ball.

Pierwsze wiadomości o zabawach i grach sięgają czasów biblijnych. Są one jednak skąpe. Dokładniejsze natomiast i obfitsze otrzymujemy z czasów starożytnej Grecji i Rzymu.

Od czasu swego powstania aż do chwili obecnej gry i zabawy przechodziły różne etapy rozwoju. To stawały się ćwiczeniem wszystkich, to znowu — wyłącznie ludzi uprzywilejowanych, innym znów razem były ostro zwalczane i prześladowane.

Ostatecznie w pierwszej połowie wieku XIX, znajdują gorących zwolenników, którzy budzą zamiłowanie wśród szerokich mas społecznych do wesołego i pełnego radości ruchu na świeżem powietrzu.

Ówczesny stan ćwiczeń gimnastycznych sprzyja nowym idejom, które stopniowo opanowują potężne zastępy, by wreszcie w czasach obecnych zdobyć ogólne uznanie i należne stanowisko w wychowaniu młodzieży.

Znaczenie wychowawcze gier jest b. poważne. Gry i zabawy nie ograniczają się bowiem do doskonalenia strony fizycznej człowieka, ale sięgają dalej: kształcą psychikę i pobudzają do życia pierwiastki społeczne i estetyczne.

Ruch stały, cecha charakterystyczna gier i zabaw, wykonywanych na świeżem powietrzu, w świetle promieni słonecznych, rozwija harmonijnie układ mięśniowy i nerwowy, oraz organy wewnętrzne, podnosząc tem samem ogólną sprawność ustroju. Podczas gry i zabawy zostają pobudzone do pracy zmysły, które następnie urabiane, zaostrzają się.

Pozostaje otwarte szerokie pole uwadze grających, budząc jej czujność w rozmaitych kierunkach, przyzwyczajają do zmiany jej natężenia bądź też urywania w przerwach. Pamięć winna być stale czujną i stosowaną we wszystkich okolicznościach. Postępowanie według swych zamierzeń, a zgodnie z prawidłami gry, kształci sposób rozumowania. Proces rozumowania musi być krótki, wskutek szybkich zmian sytuacji — to zaś wytwarza cenną cechę umysłu człowieka — bystrość. Gry i zabawy, nastręczają całego szeregu trudności i przeszkód, które należy pokonać własnemi siłami; daje to wiarę we własne siły, a przy częstych walkach rozwija się hart woli i dzielność.

Wreszcie uczestnicy gier wystawieni są stale na rzeczywiste i urojone niebezpieczeństwo, co jeszcze więcej doskonali odwagę, a potrzeba szybkiego orjentowania się i czynu we właściwym czasie wyrabia spostrzegawczość.

Pod względem uspołecznienia — gry i zabawy są jednym z najpotężniejszych czynników. One pierwsze rozwijają instynkty i zasady życia zbiorowego. Tu bowiem nawiązuje początkujący stosunki z grupą społeczną—drużyną, rozpoczyna układy, dowiaduje się o wspólnym celu gromady, który może być osiągnięty jedynie przez współdziałanie pojedyńczych usiłowań, a nie drogą osobistych przesunięć.

Obrona interesów własnej gromady, piętnowanie brutalnego lub niesłusznego postępowania kształci w dziecku sumienność i sprawiedliwość w ocenie zachowania innych.

Jeszcze jedną cechę gier należałoby podkreślić, o której nie można zapomnieć: ścisły związek z wychowaniem estetycznem, które objawia się w dążeniu do jedności, porządku, harmonji i różnorodności szczegółów.

Wszystkie te zalety ćwiczeń na świeżem powietrzu zwróciły na siebie uwagę wychowawców młodzieży. Oni to pierwsi wprowadzili zabawy do szkół, rozmiłowując w nich dziatwę szkolną.

Gry sportowe stanowią wyższy stopień kształcenia a raczej doskonalenia i zaznaczają silniej swój wpływ wychowawczy na człowieka.

Oceniając dodatnie cechy gier i zabaw Ministerstwo W. R. i O. P. wprowadziło dodatkowe zajęcia popołudniowe, w wymiarze 1 godziny tygodniowo na klasę. W bieżącym roku szkolnym zajęcia te zostały zredukowane do połowy, wyrządzając tem młodzieży wielką krzywdę.

Podstawą rozwoju gier i zabaw są dwie potężne instytucje społeczne: pierwsza z nich — to szkoła, druga — to organizacje, stowarzyszenia i kluby sportowe.

W zakładach szkolnych młodzież zapoznaje się z grami, i doskonali się w nich, a po opuszczeniu murów szkolnych szerzy i rozwija swe zamiłowania w różnych organizacjach.

Z gier sportowych, ze względu na swą popularność i korzyści, oddawane ćwiczącym, za godne polecenia zespołom żeńskim są następujące: piłka siatkowa, koszykowa, graniczna, hazena, tamburino i tenis. Wymienione gry nie wymagają drogich urządzeń — za wyjątkiem tenisa, a ograniczają swe wymagania do minimum t. j. do boiska i skromnych, a tanich przyborów.

Najwięcej uprawianą grą w szkole jest piłka siatkowa, posiadająca 56% zwolenników, koszykowa 51%, szczypiorniak 25%, tenis ze względu na specjalne urządzenie — zaledwie 5%.

Cyfry powyższe daleko odbiegają od danych statystycznych klubów. Te bowiem, nie posiadając instruktorów, a jednocześnie możności rywalizacji z innemi, porzucają gry (z wyżej wymienionych) i przechodzą do sportów bardziej popularnych.

Obecnie przeżywamy okres, zapoczątkowania żywej pracy nad rozwojem gier i zabaw. Celem prowadzenia należytej propagandy wśród najszerszych mas społeczeństwa, zdobycia odpowiednich warunków pracy i wreszcie przeprowadzenia spotkań o tytuł mistrza danej miejscowości powstają związki okręgowe.

Zostały one zorganizowane w Warszawie, Łodzi i Krakowie. W innych miastach jak Wilno, Poznań, Katowice są w tym celu podjęte prace i — mam nadzieję— w niedługim czasie dadzą korzystne rezultaty.

Dalszym etapem pracy będzie powołanie do życia organizacji ogólnopolskiej — Polskiego Związku Gier Sportowych, celem ujednostajnienia akcji na całym obszarze Rzeczpospolitej. Budzenie zamiłowania do gier i zabaw, nietylko wśród młodzieży, ale i wśród starszych, powinno stać się obowiązkiem każdej szkoły, klubu i organizacji nietylko sportowej ale i ogólno wychowawczej.

Dzięki współpracy pokolenia młodszych ze starszymi, możemy stworzyć społeczeństwo silne organizacyjnie, oparte na zrozumieniu swych potrzeb, związane duchem poświęcenia dla dobra sprawy, a wolnego od sobkostwa i warcholstwa.

T. Chrapowicki.

UWAGI LEKARZA O SPORCIE

Sport jest istotną potrzebą zdrowego, normalnego organizmu. Jest on najczystszą formą wyładowania energji życiowej; sprzyja rozwojowi sił fizycznych, wyrabia harmonijność ruchów, a przytem hartuje ducha, daje zdecydowanie, śmiałość, pogodę umysłu i czystość myśli.

Mimo tych zalet jednak w Polsce sport wśród pań do niedawna mało był rozpowszechniony.

Obecnie zmieniło się to na lepsze. Hasła uprawiania sportów rozpowszechniły się, dotarły do sfer nawet najbardziej zacofanych i dziś sportom hołdują niemal wszyscy. Stało się to jednak nietylko dzięki właściwemu zrozumieniu idei wychowania fizycznego, propagandzie i wrodzonej potrzebie sportów, lecz również dzięki modzie.

Moda, wykrzywiająca kręgosłupy elegantkom dzięki łokciowym obcasom, ściskająca trzewia, deformująca wątrobę, obsuwająca nerki dzięki gorsetom i sznurówkom, moda wywołująca u swych wielbicielek niedokrwistość i wadliwą przemianę materji, dzięki połykaniu masami cytryn, celem uzyskania bladej, księżycowej karnacji skóry, jednem słowem ta moda, która była zazwyczaj antytezą zdrowia, przysłużyła się raz krzewieniu siły, tężyzny i zdrowia.

Niech jej za to darowane zostaną winy i wszystko złe, jakie wyrządziła poprzednim hołdowniczkom.

— To wszystko, czego nie zdołały sprawić odczyty, pisma, książki, szerzące wśród pań zamiłowanie do sportu, wszystko to zostało obecnie z zapałem przyjęte dzięki wprowadzeniu niskich, szerokich obcasów, krótkich spódniczek i obcięciu włosów. Kobiety nabrawszy linji chłopięcych, zapragnęły swobodnych ruchów, biegu i skoków. Sprobowały je i rozmiłowały się w tej swobodzie, która jest naturalną, zdrową i piękną.

Pojęcie piękna się zmienia. Przed laty piękną nazywała się panienka blada jak narcyz, cienka w pasie, jak osa, ze spiętrzoną fryzurą na głowie, o buzi złożonej w ciup, chodząca na łokciowych obcasach, kroczkiem drobnym i nienaturalnym. Dziś piękną jest dziewczyna o dobrze rozwiniętych, silnych mięśniach, o opalonej karnacji twarzy, jędrnej skórze, śmiałych i zdecydowanych ruchach.

Mięśnie silne wyrabia się dzięki sportom i gimnastyce, opaleniznę i zdrową cerę zyskuje się również na wycieczkach i przy treningu ,trzeba się jednak zgodzić z tem, że nadmierne i nieoględne uprawianie sportów może mieć pewien szkodliwy wpływ na urodę kobiecą, a nawet zdrowie.

Przedewszystkiem, gdy się ma zamiar poświęcić sportowi i doskonalić się w nim, koniecznem jest poddanie sie badaniu lekarskiemu, celem określenia swej sprawności fizycznej i możności ćwiczeń. Stan płuc, serca, wyczerpanie fizyczne decydują tu — i lekarz-wychowawca pokieruje odpowiednio i określi, czy dana osoba może ćwiczyć i w jakim zakresie.

Gdy się już kobieta odda ćwiczeniom, ważną jest ochrona i racjonalna pielęgnacja skóry osoby ćwiczącej.

Nie należy wpadać z jednej ostateczności w drugą. Z przesadnego pielęgnowania swej urody, przechodzić do zupełnej abnegacji i zaniedbania.

Nadmierne przebywanie np. na słońcu i nieodpowiednie staranie o siebie powodować może powstawanie bąbli, oparzeń, plam żółtych, piegów, opierzchnięć. Zbyt forsowne wiosłowanie — powstawanie odgniotów, odcisków na rękach, forsowne marsze wywołują obtarcia, odparzenia, odciski na nogach i t. p.

Wszystkich tych defektów można przez racjonalną pielęgnacje skóry, umiejętne staranie o jej zdrowie i piekność uniknąć.

Na łamach „Startu" w każdym numerze znajdą nasze sportswomen kilka uwag, które je nauczą przy uprawianiu sportów nie zaniedbywać swego wdzięku i urody.

Dr. J. Mozołowska.

Przysposobienie kobiet do obrony kraju

W czasie wielkiej wojny kobiety okazały się elementem, który zużytkować można do obrony kraju z wielkim pożytkiem, jeżeli da im się odpowiednie pole działania i przygotuje do ich roli fachowo, umiejętnie. Doświadczenia tego dokonano nietylko u nas, ale i w Anglji i w Ameryce i we Francji nawet.

To też idea przysposobienia kobiet do przyszłej akcji wojennej zaprząta nietylko u nas umysły polityków i przywódców obrony narodowej. Przed paru tygodniami w jednej z mów swoich Poincaré podkreślił wyraźnie konieczność przygotowania rezerw kobiecych na wypadek wojny.

Z tego już widać, że idea ta, to nie romantyzm głów, rozkochanych w fantasmagorjach — to realna konieczność dla tych, którzy wszelkiemi siłami bronić chcą własnej państwowości.

W Polsce nad przysposobieniem kobiet do obrony kraju pracuje się od pięciu lat. Z początku rozbrojenie psychiczne społeczeństwa było tak wielkie, że idea nie znajdowała gruntu pod stopami, i ludzie jej oddani, zwalczać musieli rozliczne przeszkody, przedewszystkiem zaś wewnętrzną inercję otoczenia. Dziś, przy wzmagającem się wszechstronnie tętnie życia, przy życzliwej inicjatywie ze strony władz obrony Państwa, sprawa zaczyna posuwać się poważnemi krokami naprzód.

Do niedawna, jedyną organizacją, skupiającą w sobie wszystkie wysiłki w kierunku przygotowania rezerw kobiecych był Komitet Społeczny przysposobienia kobiet do obrony kraju. Powstał on w październiku 1922 r. jako rezultat porozumienia kilkunastu stowarzyszeń kobiecych, oraz stowarzyszeń, zajmujących się wychowaniem fizycznem i przysposobieniem wojskowem młodzieży.

Weszły do Komitetu następujace stowarzyszenia: „Zwiazek harcerstwa polskiego". „Związek strzelecki", „Sokół", „Koło Polek", „Polski Czerwony Krzyż", „Polski Biały Krzyż". „Związek młodzieży wiejskiej", „Katolicki Zwiazek Polek", „Związek kobiet, pracujących w handlu i biurowości", „Koło mieszczanek", „Klub wioślarek".

W składzie tym Komitet pracował aż do maja 1926 r., działając na podstawie statutu, zatwierdzonego przez Ministerstwo spraw wewnętrznych l. 2794/24, zaś pracę przysposobienia wojskowego prowadzac na podstawie rozkazu M. S. Wojsk. l. 2895/O. III. S. G., uznającego Komitet jako stowarzyszenie, upoważnione do prowadzenia przysposobienia wojskowego.

Praca Komitetu w tym okresie polegała na propagandzie idei przez umieszczanie artykułów i wzmianek w prasie, organizowanie zebrań propagandowo - informacyjnych i t. d., na tworzeniu komitetów i kół lokalnych przysposobienia wojskowego, na prowadzeniu całego szeregu kursów fachowych, oraz obozów letnich, na opracowywaniu programów i szematów organizacyjnych.

Rozpoczęto także dzięki uzyskaniu w r. 1926 zezwolenia Ministerstwa W. R. i O. P., organizowanie hufców szkolnych przysposobienia wojskowego.

W r. ubiegłym wystąpiły z Komitetu: „Sokół" i „Związek katolicki Polek", a w roku bieżącym „Strzelec".

Natomiast przystąpiły doń stowarzyszenia: „Służba Obywatelska" i „Rodzina Wojskowa", niektóre grupy „Związku kobiet z uniwersyteckiem wykształceniem". Współdziałającemi tylko są stowarzyszenia „Związek młodzieży wiejskiej" i „Związek kobiet, pracujących w handlu i biurowości".

„Sokół" i „Strzelec" postanowiły prowadzić pracę przysposobienia wojskowego kobiet, niezależnie od Komitetu.

Obecnie, jako ekspozytury Komitetu działają w Warszawie: „„Klub starszych instruktorek"; we Lwowie i Sosnowcu: Komitety lokalne; w Koninie i Święcianach: Koła lokalne.

Uzyskawszy w r. bieżącym prawo delegowania instruktorek na tereny poszczególnych D. O. K. Komitet wydelegował na teren DOK. Lwów, p. Marję Podhorską. Na terenie tym zorganizowano Kursów sanitarnych 2, łączności 2, oświatowych 2, ogólnych 1, kursów szkolnych 7. Rozpoczęto także prace organizacyjne na terenie O. K. Przemyśl. Ogółem ćwiczących 265.

Do Grodna delegował Komitet w charakterze instruktorki p. Kudelską. Zorganizowano na obszarze tego Okręgu Kursów sanitarnych 4, łączności 2, hufców szkolnych 8 z ogólną liczbą ćwiczących 280. W Lublinie instruktorką Komitetu jest p. Nowosielska. Cztery kursy sanitarne i 7 hufców szkolnych — ogółem ćwiczących 360 — są rezultatem jej pracy.

Na terenie O. K. IV pracują hufce szkolne we Włocławku i w Zgierzu. W braku instruktorek na ten teren, hufce te zostają pod opieką Zarządu Gł. w Warszawie, a prowadzone są przez nauczycielki, absolwentki Obozu letniego w Jeziorach.

W Krakowie powierzono zadanie instruktorki Komitetu p. Pawłowiczównie, która rozpoczęła pracę organizacyjną.

W Warszawie działa Sekcja warszawska Komitetu pod kierownictwem p. Wittekówny. Dotychczas przeprowadzono tutaj Kursów ogólnych 9, łączności 2, sanitarnych 5, od 10 kwietnia r. b. stanął 1 kurs gospodarczy (uczestników 50) złożony przeważnie z nauczycielek szkół zawodowych. W zakresie wychowania fizycznego prowadzony jest obecnie kurs gimnastyki Bukha. W okresie świątecznym, zorganizowano w Zakopanem kurs narciarski. Hufców szkolnych funkcjonuje w Warszawie 6, 1 hufiec akademicki, 2 oddziały harcerek, 2 małe kluby instruktorskie, ogółem ćwiczących około 450.

Przysposobienie wojskowe kobiet, jak widać z powyższego nie ma na celu bynajmniej przygotowania ich do służby frontowej, ani nawet garnizonowej. Chodzi o postawienie kobiety, w razie wojny, na stanowisku, na którem największe może oddać krajowi usługi: w służbach pomocniczych: gospodarczej, sanitarnej, łączności, biurowej, oświatowej i propagandystycznej, obronie przeciwgazowej i t. d.

Na tem stanowisku stojąc i wierząc niezłomnie w pożytek, a nawet konieczność dla Polski podjętego przez siebie zadania, Komitet prowadzić będzie dalej rozpoczętą przez siebie akcję w przekonaniu, że o jej potrzebie i racjonalności obranych przez siebie metod przekonać wkońcu zdoła nawet zasadniczych jej przeciwników.

H. C.

KOBIECY BIEG NAPRZEŁAJ

W ubiegłą niedzielę odbył się pierwszy ogólnopolski bieg naprzełaj dla pań na dystansie 1400 mtr. w Wierzbnie, na terenach szkoły Giżyckiego.

Na starcie stanęło 10 zawodniczek, reprezentujących Warszawę, Łódź, Pabjanice, Kalisz i Toruń.

Pierwsze miejsce w czasie 5.14 zdobyła niespodziewanie p. Raźniewska z Pabjanic. Druga Pichelówna. Trzecia Warecka — obie z Warszawianki.

Organizacja biegu pozostawiała wiele do życzenia. Sama impreza — również. Omówieniem szczegółowem sprawy tej zajmiemy się w numerze następnym.

PIŁKA SIATKOWA W STOLICY

Rok szkolny 1926/27 jest w okresie zwrotu w szerzeniu gier sportowych i prowadzeniu rozgrywek.

Po przeszło dwuletniej przerwie przystąpiono w roku bieżącym do przeprowadzenia gier drużyn szkolnych i po raz pierwszy klubowych o tytuł mistrza stolicy w grach: piłce siatkowej, koszykowej i hazenie.

Na pierwszy ogień poszła „siatkówka", jako gra nie wymagająca dużych sal i specjalnych urządzeń.

Do zawodów zgłosiło się 11 drużyn szkolnych, które następnie rozlosowano do grup w następujący sposób:

do I: Semin. Rzemiosł, Tymińska, Kudasiewicz, Współpraca, Kurmanowa i Walicka;

do II: gimn. im. Konopnickiej, Em. Plater, sem. im. Orzeszkowej, szk. Kaleckiej, Rozenfeldowej i Mirlasowej.

Po trzymiesięcznych bojach, zostały wyeliminowane drużyny do finałów: Z grupy pierwszej Tymińska i Współpraca.

Z II grupy: Konopnicka i Orzeszkowa.

Ubiegłej niedzieli zapoczątkowały dalsze gry: Tymińska i Współpraca. Zwycięstwo w stosunku 2 : 1, odniosły wychowanice Współpracy, przewyższając drużynę przeciwną zgraniem, opartem na wspólnej znajomości dodatnich lub słabych cech.

Po południu z racji przyjazdu reprezentacji szkół miejskich Łodzi, celem rozegrania meczu w piłce siatkowej z podobną reprezentacją Warszawy, drużyny gimn. im. Konopnickiej i Emilji Plater zademonstrowały b. ładną grę.

Konopnicka, pewna kandydatka na mistrza stolicy, dzięki swym silnym podaniom, musiała usilnie pracować, by pokonać b. młodą drużynę, która robi duże postępy w technice i taktyce gry. Brak jej jeszcze tylko spokoju w podawaniach.

Rezultat gry 2 : 1 dla spodziewanej mistrzyni.



P. Gędziorowska, (Toruński Klub Sportowy) w akcji.

Wychowanie fizyczne

Miesięcznik poświęcony higjenie szkolnej i wychowawczej, oraz kształceniu cielesnemu w domu, szkole, armji i stowarzyszeniach, organ Komisji Lekarskiej Tow. Przyjaciół Nauk, Studjum Wychowania fizycznego Uniw. Pozn., Polskiego Związku Sokolego, Kół Lekarzy szkolnych, Związku Harcerstwa Polskiego, i innych instytucyj i zrzeszeń.

Sekretarjat Redakcji i Administracja: Poznań 3, Park Wilsona.

Redaktor naczelny: Prof. E. Piasecki, Poznań, Chełmońskiego 20.

Warunki przedpłaty: rocznie 10 zł. półrocznie 5 zł., jeden zeszyt 1 zł. Komplet R. I—VII bez kilku wyczerpanych num. 50 zł.

Ogłoszenia jednorazowe (100.—, 60.—, 35.—, 20.—zł.) i roczne (25% opustu od cen jednorazowych).



Zwycięska zawodniczka z Pabjanic, p. Raźniewska na mecie.

Redaktor „Startu" przyjmuje interesantów w poniedziałki i czwartki w godzinach od 1 — 2 po południu.

Adres Redakcji i Administracji: Warszawa, Al. Ujazdowska Nr. 32, m. 1. Tel. 130-46.

Cena prenumeraty: w Warszawie (z odniesieniem do domu) i na prowincji (z przesyłką pocztową) — miesięcznie 1 złoty, — kwartalnie 2 zł. 70 gr.

Wydawca E. Grocholska. Drukarnia Rotacyjna, Marszałkowska 148. Redaktor: K. Muszałówna.